

NUTROESPORTIVA - PERFORMANCE - NUTROGERIATRIA

(Ministrantes:- **Carlos Alberto Werutsky e Nelson Lucif Jr.**)

OBJETIVOS DO CURSO: Capacitar o aluno para entender, avaliar e prescrever nas diversas áreas da nutrologia esportiva, incluindo idosos, visando a performance. Capacitar o aluno para entender, avaliar e prescrever, dentro das diversas peculiaridades dos idosos, saudável ou comprometido, visando a performance.

PROGRAMA PRELIMINAR RESUMIDO (sujeito à alterações):

- A Nutrologia Esportiva como área de concentração de especialidades médicas
- As demandas do trabalho muscular desde o atleta de alta performance ao paciente em programas de reabilitação
- Balanço energético e as repercussões sobre a composição corporal
- Erros alimentares e a sua necessária readequação
- Suplementação alimentar baseada em evidências.
- Apresentação de produtos disponíveis no mercado de suplementos para a leitura de rótulos, discussão de doses e indicações
- Sports foods (IOC, 2018; ACSM, 2016)
- Bebidas esportivas – Géis – Barras – Hipercalóricos – Energéticos – Proteínas e aminoácidos
- Specific performance supplements (IOC, 2018; ACSM, 2016)
Creatina – Cafeína – Bicarbonato – Beta-alanina - Nitrato
- Medical supplements (IOC, 2018; ACSM, 2016)
Ômega-3 – Ferro – Cálcio – Vitamina D
- Nutrologia Geriátrica como área de concentração de especialidades médicas. A necessidade do conhecimento de particularidades da geriatria para o atendimento médico dos próximos anos.
- Conceitos fundamentais sobre a fisiologia do envelhecimento.
- Avaliação clínica e funcional do idoso. Testes funcionais (atividade prática):
- Capacidade do idoso para se cuidar em casa. Capacidade para ser independente. Capacidade cognitiva e emocional. Avaliação nutricional. Avaliação funcional: massa muscular, força e de atividade física
- Prevenção e tratamento do declínio muscular e funcional. Efeitos da atividade física no Idoso. Sarcopenia e obesidade sarcopênica: Tratamento nutrológico oral e/ou suplementação. Suplementos completos, Suplementos hiperproteicos/hmb. Cálcio, Vitamina D. Programa de Exercícios. Farmacoterapia: Indicação e uso criterioso de estimulantes anabólicos hormonais e não hormonais no idoso. Creatina no idoso ativo. Creatina em doenças crônicas do idoso. O idoso saudável. Orientação nutrológica; dietas DASH e do Mediterrâneo. Dieta Mind.

CURSO DE CAPACITAÇÃO: NUTROSPORTIVA, PERFORMANCE E ENVELHECIMENTO

Público alvo: Médicos

Data/Horário: 18/07/2020 - 8H30 - 12H30 // 14H - 18H

FICHA DE INSCRIÇÃO

Nome completo: _____

E-mail: _____

Rua: _____, nº _____

Bairro: _____ Cidade: _____

—

Celular:(__) _____ Telefone:(__) _____

UF: _____ CEP: _____ CPF: _____

RG: _____ CRM/Estado: _____

Especialidade: _____

Uma vez efetuada a inscrição, não poderá ser cancelada e não haverá devolução de valores pagos. Esse curso de capacitação só ocorrerá com um número mínimo de alunos.

Assinatura

Investimento:

- R\$ 1.600,00 – Pagamento via depósito bancário (DOC/TED).
- Alunos CNNutro 2020 e CNNep 2020 – R\$1.440,00– Pagamento via depósito bancário (DOC/TED), enviar certificado modular junto ao comprovante.

Dados Bancários

- Banco: Itaú – 341
- Agência: 0392
- Conta Corrente: 03595.2
- CNPJ: 07.248.074/0001-90
- Razão Social: Clínica Dr Werutsky Soc Simples Ltda

CURSO DE CAPACITAÇÃO: NUTROESPORTIVA, PERFORMANCE E ENVELHECIMENTO

Enviar a ficha de inscrição, juntamente com o comprovante de depósito (como anexo, para e-mail: contato@clnicadrwerutsky.com.br)

Contatos para dúvidas: Fones (51) 3342-0742 / 3343-5166 / 99505-6448 (WhatsApp)
ou e-mail: contato@clnicadrwerutsky.com.br

Obs.: Após o término do curso, será enviado o certificado digital via e-mail juntamente com a nota fiscal para o e-mail informado acima.